

Coping Stress Isteri dalam Perkawinan Poligini di Kota Banjarmasin

Hj. Siti Faridah

Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari

Abstrak

Setiap perempuan berharap menikah dengan seorang laki-laki dan menjadi isteri satu-satunya, namun harapan sering tidak sejalan dengan kenyataan. Di mana suami menghadirkan “madu” bagi isterinya dan isteri dihadapkan pada keputusan suami untuk berpoligini. Dalam keadaan demikian, ada isteri yang meminta atau menggugat cerai suaminya, namun ada yang bertahan dengan berbagai pertimbangan. Hasil penelitian terhadap istri (pertama) yang bertahan dalam perkawinan poligini menyatakan bahwa ketiga subjek menerapkan 1. *Coping stress* yang berfokus pada aspek emosi (EFC) yaitu: a. Berusaha tidak mempermasalahakan poligini suaminya dengan bersikap biasa. b. Berusaha mengontrol emosi (sabar dan ikhlas). c. Mengakui peran diri dalam perkawinan poligini suami. d. Tidak mampu menolak keinginan suami untuk berpoligini dan e. Berusaha mengembangkan diri dengan meminta nasehat, doa dan air doa kepada orangtua dan orang alim, rajin ke majelis taklim, berdoa, berzikir, salat malam dan ibadah lainnya untuk mendapatkan ketenangan. 2. *Coping stress* yang berfokus pada masalah (PFC) adalah a. Melakukan perencanaan terhadap perkawinan poligini suami. b. Subjek 1 dan subjek 2 membiarkan suami menikah di bawah tangan. c. Meminta nasehat dan dukungan keluarga dan orang alim. d. Menganggap sebagai takdir Allah dan e. Berusaha melupakan masalah-masalah yang ada. Adapun faktor utama yang menyebabkan ketiga subjek mampu bertahan dalam perkawinan poligini adalah faktor agama dan faktor anak. Subjek 1 dan 3 menambahkan dengan faktor ekonomi, Faktor pendukung ketiga subjek adalah faktor kasih sayang. Subyek 1 dan 2 tidak siap dengan status janda, sedang subjek 3 karena faktor menjaga harga diri suami. Kata Kunci: *Coping Stress*, Poligini, Istri Bertahan dalam Perkawinan.

A. Pendahuluan

Perkawinan merupakan satu-satunya sarana yang sah untuk membangun sebuah rumah tangga dan melahirkan keturunan yang sejalan dengan fitrah manusia. Kehidupan dan peradaban manusia tidak akan berlanjut tanpa adanya kesinambungan perkawinan dari generasi umat manusia.¹

Dalam perkawinan, setiap perempuan berharap menikah dengan seorang laki-laki dan menjadi isteri satu-satunya dari laki-laki tersebut, namun harapan tersebut terkadang tidak sejalan dengan kenyataan. Di mana suami berkeinginan untuk menghadirkan “madu” bagi isterinya. Di sinilah isteri dihadapkan pada keputusan suami untuk berpoligini. Dalam keadaan ini,

ada isteri yang meminta atau bahkan menggugat cerai suaminya, namun tidak sedikit dari mereka yang tetap bertahan dengan berbagai pertimbangan.

Sejarah mencatat, perkawinan poligini telah dikenal masyarakat secara luas sebelum Nabi Muhammad Saw. Sebagai contoh Nabi Ibrahim As yang telah beristeri Siti Sarah yang kemudian menikahi Siti Hajar, karena itu tidak bisa dipersonifikasikan poligini ini dengan *sunnah fi'liyah* (contoh nyata) Nabi Muhammad Saw. Hukum Islam dan hukum dalam perundang-undangannya memperbolehkan poligini pada orang tertentu dengan alasan tertentu, namun asas penting yang dianut sistem undang-undang perkawinan di dunia Islam adalah monogami, yaitu asas yang hanya memperbolehkan seorang

¹ Hasbi Indra. dkk, *Potret Wanita Shalehah*, cet.2 (Jakarta: PENAMADANI, 2004), 72-73.

laki-laki mempunyai satu isteri pada jangka waktu tertentu. Dalam UU No.1 Tahun 1974 tentang perkawinan, pada pasal 3 (1) menyebutkan: Pada azasnya dalam suatu perkawinan seorang pria hanya boleh mempunyai seorang isteri. seorang isteri hanya boleh mempunyai seorang suami. Pasal 3 (2) menyatakan: pengadilan, dapat memberi izin kepada seorang suami untuk beristeri lebih dari seorang apabila dikehendaki oleh pihak-pihak yang berkepentingan. Adapun landasan berpoligini dalam Islam terdapat dalam QS. *al-Nisa* ayat 3 yang artinya “...Dan jika kamu takut tidak akan mampu berlaku adil terhadap perempuan (yatim), maka kawinilah yang kamu senangi dari wanita-wanita (lain) dua, tiga atau empat. Lalu jika kamu takut tidak akan dapat berlaku adil, maka seorang saja, atau budak-budak wanita yang kamu miliki. Yang demikian itu adalah lebih dekat kepada tidak berbuat aniaya”.

Akhir-akhir ini pemberitaan mengenai poligini banyak menimbulkan kekhawatiran kaum perempuan. Poligini banyak dilakoni oleh masyarakat mulai dari selebritis, masyarakat biasa, pejabat pemerintah hingga pemuka agama dan lain-lain profesi. Di Banjarmasin Kalimantan Selatan keadaan demikian juga terjadi, bahkan ada ungkapan guyonan orang Banjar yang mengkhawatirkan bagi perempuan, yaitu: “*bini satu wajar, bini dua belajar, bini tiga kurang ajar, bini empat orang Banjar*”.

Penelitian ini bermanfaat secara teoritis sebagai sumbangsih literatur bagi khazanah studi Psikologi Islam mengenai kajian tentang perilaku *coping stress* isteri dalam perkawinan poligini dan sebagai bahan informasi awal bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk mengadakan penelitian dari perspektif yang berbeda. Secara praktis penelitian ini bisa menjadi bahan masukan yang bermanfaat khususnya bagi subjek penelitian dan masyarakat untuk mengetahui *coping stress* isteri dalam perkawinan poligini. Secara definisi

operasional *coping stress* yaitu usaha-usaha yang dilakukan isteri pertama untuk mengatasi, mengurangi, atau mengelola stres akibat dimadu minimal 2 (dua) tahun dalam perkawinan poligini di kota Banjarmasin.

Beberapa penelitian terdahulu tentang perempuan dan *coping stress* telah dilakukan antara lain oleh Fitri Yuliantini dkk, dengan judul: “Konflik Marital pada Perempuan dalam Pernikahan Poligami yang Dilakukan Karena Alasan Agama” pada UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang diterbitkan dalam Jurnal Psikologi Program Studi di Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2008.² Penelitian Sara Sahrazad dengan judul: “Stres dan Coping Stres pada Pecandu Narkoba Dewasa Awal yang Sedang Menjalani Rehabilitasi” pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara Jakarta.³ Penelitian Ratna Sari Wibawanti yang berjudul: “Pengaruh Coping stres terhadap Penyesuaian diri Pecandu Narkoba yang Sedang Menjalani Proses Rehabilitasi” pada Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya, 2011.⁴ Ketiga penelitian ini berbeda dengan penelitian penulis yang bertujuan untuk mengetahui *coping stress* isteri dalam perkawinan poligini dan faktor-faktor yang menyebabkannya di Kota Banjarmasin. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk

² Fitri Yuliantini, Zainal Abidin dan Retno Setyaningsih, *Konflik Marital pada Perempuan dalam Pernikahan Poligami yang Dilakukan Karena Alasan Agama* dalam Jurnal Psikologi, volume I, Nomor 2, (Yogyakarta: Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Sunan Kalijaga, 2008, 133.

³ Sara Sahrazad, *Stres dan Coping Stres pada Pecandu Narkoba Dewasa Awal yang sedang menjalani Rehabilitasi*, (Skripsi, Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, Jakarta, 2007). <http://www.scribd.com/doc/61982306/33/Coping-Stress-yang-Dipakai>, (diakses 09 September 2015).

⁴ Ratna Sari Wibawanti, *Pengaruh Coping Stres terhadap Penyesuaian diri Pecandu narkoba yang sedang menjalani proses Rehabilitasi*, (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Surabaya, 2011). http://alumni.unair.ac.id/kumpulanfile/8742836710_abs.pdf, (diakses 09 September 2015).

meneliti **Coping Stress Isteri dalam Perkawinan Poligini.**

B. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) yang berlokasi di Kota Banjarmasin dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian adalah istri pertama yang bertahan dalam perkawinan poligini minimal 2 tahun yang berjumlah 3 orang. Sedangkan objeknya ialah *coping stress* istri yang bertahan dalam perkawinan poligini dan faktor-faktor yang menyebabkannya.

Data pokok berupa: 1. Strategi *coping* stres istri yang bertahan dalam perkawinan poligini. Data tersebut mengenai Strategi *coping* yang berfokus pada emosi (EFC) yang terdiri atas: *distancing*, *self control*, *accepting responsibility*, *escape avoidance* dan *positive reappraisal* dan *Coping* yang berfokus pada aspek masalah (PFC) yang terdiri atas: *planful problem solving*, *confrontative coping* dan *seeking social support*. 2. Faktor penyebab *coping* stres istri yang bertahan dalam perkawinan poligini terdiri dari faktor agama, anak, ekonomi, dan lain-lain. Adapun sebagai data pelengkap adalah data tentang identitas responden yang diperoleh dari subjek dan informan. Data-data diperoleh dengan teknik observasi nonpartisipan mengenai kesan umum, gambaran fisik dan penilaian kondisi psikis subjek, ringkasan perilaku dan kegiatan subjek selama proses wawancara, ringkasan awal hingga akhir selama proses wawancara (suara, bahasa tubuh, antusiasme) dan lingkungan tempat tinggal subjek. Sedangkan wawancara mendalam peneliti mendapat data tentang *coping stress* yang dilakukan isteri dalam perkawinan poligini yang berfokus pada emosi dan masalah serta faktor penyebabnya. Data yang sudah terkumpul diseleksi, diperbaiki, disempurnakan, dikelompokkan sesuai permasalahan agar mudah diuraikan dalam laporan penelitian. Selanjutnya data ditafsirkan dan dijelaskannya agar mudah dipahami. Terakhir data

dianalisis dengan teknik deskriptif kualitatif. Analisis data menggunakan tinjauan Psikologi Umum dan Psikologi Islam.

C. Landasan Teori

1. Pengertian *Coping stress*

Coping stress berasal dari dua kata yaitu *coping* dan *stress*. *Coping* adalah kata benda yang berasal dari bahasa Inggris, *coping* diartikan dengan kepala dinding/tembok.⁵ Stres berasal dari bahasa Inggris *stress* yang artinya satu keadaan tertekan secara fisik maupun psikologis.⁶

Coping adalah salah satu jenis pemecahan masalah. Prosesnya melibatkan pengelolaan situasi yang berlebihan, meningkatkan usaha untuk menyelesaikan permasalahan kehidupan dan mencari cara untuk mengalahkan stres.⁷ *Coping* adalah usaha untuk mengontrol, mengurangi, belajar menoleransi ancaman yang menimbulkan stres.⁸ Lazarus dan Folkman menggambarkan *coping* sebagai: "... suatu proses di mana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan yang berasal dari individu maupun dari lingkungan) dengan sumberdaya yang mereka gunakan dalam mengatasi stressful..."⁹ Stres disebabkan ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan.¹⁰ stres sebagai tanggapan psikologis dan fisiologis terhadap stimulus atau interaksi antara keduanya.¹¹

⁵ John M. Echols dan Hassan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, cet. xxi, (Jakarta: PT. Gramedia, 1995), 147.

⁶ John M. Echols dan Hassan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, 489

⁷ Laura A. King, *Psikologi Umum Sebuah Aspresiatif*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), 51.

⁸ Robert S. Feldman, *Understanding Psychology*, 10th ed, terj Petty Gina Gayati, Putri Nurdina Sofyan, ed. Ria Oktsfiani, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), 220.

⁹ Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*, (Malang: UIN-Malang Press, 2009), 181.

¹⁰ Sarafino, E. P., *Health Psychology*, (New York: John Willey & Sons, Inc, 1994), 74.

¹¹ Aliah B. Purwakania Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2008), 76.

Coping stress disebut juga *coping behavior*. *Coping behavior* ialah tindakan penanggulangan; sembarang perbuatan, ketika individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya, dengan tujuan menyelesaikan masalah.¹² Dalam penelitian ini penulis menggunakan istilah *coping stress* sebagai pemikiran atau perilaku adaptif dalam mengurangi stres yang bersumber dari kondisi yang menyakitkan, berbahaya, atau menantang.¹³

2. Strategi Coping

Sebagai satu model untuk mengendalikan emosi, strategi *coping* adalah bentuk usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan seseorang untuk mengatur tuntutan internal dan eksternal dari hubungan individu dengan lingkungan serta untuk mengelola konflik-konflik yang di luar batas kemampuan individu terutama yang berhubungan dengan kesejahteraan.¹⁴ Bertujuan untuk mengurangi kondisi lingkungan yang menyakitkan untuk menyesuaikan, mempertahankan keseimbangan emosi dan *self image* yang positif serta berusaha meneruskan hubungan yang baik dengan orang lain.¹⁵

Menurut Santrock ada dua macam strategi *coping* yaitu:

- a. Strategi pendekatan (*approach strategy*), yaitu usaha kognitif untuk memahami penyebab stres dan usaha menanganinya.
- b. Strategi menghindar (*avoidance strategy*), yaitu usaha kognitif untuk menangkal dan mengurangi stressor dengan cara menghindari masalah.

Richard Lazarus membedakan dua tipe strategi *coping* yaitu:

a. *Emotion focused coping* (EFC)

Strategi yang berfokus pada aspek emosi ini bertujuan untuk mengurangi dan meredakan emosi individu dari stressor tanpa mengubah situasi yang menjadi sumber stres secara langsung. Sehingga individu memperoleh hikmahnya. Aspek-aspeknya adalah 1) *Distancing*, yaitu reaksi melepaskan diri dari permasalahan dengan menciptakan pandangan positif, 2) *Self control*, yaitu usaha untuk meregulasi perasaan dan tindakan dengan melakukan perencanaan, mengatur perasaan di dalam mengambil keputusan, 3) *Accepting responsibility*, yaitu usaha untuk mengetahui peran diri dalam permasalahan yang dihadapi dan mencoba untuk menempatkan segalanya sebagaimana mestinya. 4) *Escape avoidance*, yaitu reaksi berkhayal dan usaha menghindar dari masalah. dan 5). *Positive reappraisal*, yaitu usaha untuk menciptakan makna yang positif dan melibatkan hal-hal yang bersifat religius.

- b. *Problem- focused coping* (PFC) yang berfokus pada masalah adalah strategi kognitif individu yang aktif menyelesaikan masalah dengan menghilangkan sikon penyebab stres. Aspek-aspeknya adalah: 1) *Planful problem solving*, yaitu usaha memecahkan masalah dengan pendekatan analisis. 2) *Confrontative coping*, yaitu mengubah keadaan yang menekan dengan cara yang agresif, 3) *Seeking social support*, yaitu usaha untuk mencari dukungan pihak luar, 4) *Acceptance*, yaitu pasrah dengan apa yang terjadi dan 5). *Denial (avoidance)*, berusaha melupakan masalah-masalah yang ada pada dirinya.¹⁶

3. Mengelola Stres menurut Islam

Allah Swt. memberikan ujian dan cobaan kepada hamba-Nya dengan berbagai macam cara, Kegagalan dalam ujian dapat mengakibatkan stres.

¹⁶ Laura A. King, *Psikologi Umum; sebuah apresiasi*, 52.

¹² J.P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, 112.

¹³ Diana E. Papalia, et.al, *Human Development* (Psikologi Perkembangan), 904.

¹⁴ Robert S. Feldman, *Pengantar Psikologi Understanding Psychology*, Jakarta: Salemba Humanika, 2002), 211.

¹⁵ Richard P. Halgin dan Susan Krauss Whitbourne, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2002), 225.

Allah Swt. telah memberikan cara untuk mengelola stres dalam Q.S *Ali 'Imrân/3: 139* yang artinya: “*Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman*”.

Beberapa cara mengelola stres dalam Islam yaitu sebagai berikut:

- a. Ikhlas, persoalan hidup adalah urusan Allah untuk menguji hamba-Nya.¹⁷
- b. Sabar akan mampu mengambil keputusan dalam menghadapi stressor.¹⁸ Salat khusuk sebagai obat ketakutan dari stressor, meditasi untuk menghilangkan kecemasan dan merangsang sistem syaraf lain untuk menutup terbawanya rangsangan sakit ke otak.¹⁹
- c. Bersyukur atas nikmat Allah akan berbuah kedamaian walaupun tidak sesuai dengan keinginan.²⁰ Tawakal berarti berserah diri atas ketentuan Allah yang sesuai keinginan atau tidak sesuai keinginan.²¹
- d. Berdoa merupakan sumber kekuatan di dalam berusaha. Doa bermanfaat untuk menghilangkan stres dan gangguan kejiwaan.²² Sedangkan zikir dan membaca al-Quran adalah mengingat segala keagungan dan kasih sayang Allah Swt. Zikir sebagai kegiatan psikologis berupa terapi rileksasi yang dapat mengurangi/menghilangkan tekanan psikologis.²³

¹⁷ Zainal Abidin & Imam Fathurrohman, *Bimbingan Spiritual 5+ Menyembuhkan Penyakit & Menenangkan Jiwa*, cet. 1 (Jakarta: PT Mizan Publika, 2009), 64-68.

¹⁸ Tallal Alie, *Mukjizat Sabar*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2013), 113-115

¹⁹ Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*, 228-230.

²⁰ Mustamir, *Hidup Sehat & Herbal Ala Resep Sufi*, (Yogyakarta: Diva Press, 2008), 282.

²¹ Amir An-Najar, *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2000), 243-244.

²² Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*, 268.

²³ Abdul Mujib & Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, cet. 2 (Jakarta: PT. RajaGrafindo

4. Pengertian Perkawinan

Perkawinan adalah suatu ikatan janji setia antara suami dan istri yang di dalamnya terdapat suatu tanggung jawab dari kedua belah pihak.²⁴ Dalam UU No. 1 Tahun 1974 disebutkan bahwa: “Perkawinan ialah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami-istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan ketuhanan Yang Maha Esa”.²⁵

Nikahsecarabahasaialahberhimpun, penggabungan dan perhimpunan. Nikah adalah: 1) perjanjian antara laki-laki dan perempuan untuk bersuami isteri (dengan resmi). 2) perkawinan. Menurut syariat, nikah berarti akad antara laki-laki dan wali perempuan yang karenanya hubungan badan menjadi halal. Dalam al-Quran terdapat 23 kali yang diartikan hubungan seks.²⁶ Perkawinan merupakan suatu akad yang bermakna keberkahan antara laki-laki dan perempuan dari yang sebelumnya haram.²⁷ Secara psikologi, perkawinan itu asal mula perpaduan dua pola budaya yang diteruskan oleh masing-masing pribadi individu.²⁸

5. Tujuan Perkawinan

Persiapan mental sangat diperlukan sebelum perkawinan sebab kedua belah pihak belum mengenal pribadi masing-masing. Pengenalan karakter perlu agar keluarga bisa menciptakan kesejukan hidup dan merasakan cinta satu sama lainnya. Secara psikologis, tujuan perkawinan terdapat dalam QS. *al-Rûm ayat 21*, Allah menerangkan bahwa

Persada, 2002), 236-238.

²⁴ Mufidah Ch, *Psikologi Keluarga Berwawasan Gender*, (Malang: UIN-Malang Press, 2008), 107-108.

²⁵ Paradnya Paramida, *Undang-Undang Perkawinan di Indonesia dengan Peraturan dan Pelaksnaannya*, 6.

²⁶ Hasbi Indra, *Potret Wanita Shalehah*, (Jakarta: Penamadani, 2004), 78

²⁷ Ahmad Najieh, *Fiqih Wanita Shalihah menurut Al-Qur'an dan Al-Hadits*, (Surabaya: Menara Suci, 2012), 160.

²⁸ Saporinah Sadli, *Psikologi Perkawinan dalam Buku Membina Keluarga Bahagia*, 107.

salah satu bukti kebesaran-Nya adalah bahwa Dia telah menciptakan untukmu pasangan dari jenismu sendiri, supaya jiwa-jiwa kalian merasa tenang hidup bersama. Allah menjadikan cinta dan kasih sayang antara suami istri sebagai bukti keesaan dan kesempurnaan kekuasaan-Nya²⁹ Dalam Kompilasi Hukum Islam Bab II tentang Dasar-Dasar Perkawinan pasal 3 dinyatakan bahwa perkawinan bertujuan untuk mewujudkan kehidupan rumah tangga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah.³⁰

M. Quraish Shihab menyatakan, setelah perkawinan hati manusia itu menjadi *sakana* (diam), tenang setelah sebelumnya goncang dan sibuk. Allah menjadikan pasangan suami-isteri merasa tenang di samping pasangannya serta cenderung kepadanya. Allah menjadikan *mawaddah* (menghendaki kebaikan) untuk yang dicintai dan tidak menghendaki selain itu. Adapun *rahmat* tertuju kepada yang membutuhkan terutama di saat usia tua.³¹ Suami isteri harus berusaha saling isi mengisi, menutupi kekurangan dengan kelebihan masing-masing. Perkawinan juga bertujuan untuk melahirkan anak keturunan sebagai generasi penerus dari orang tuanya.³²

Menurut Fatchiah tujuan perkawinan dalam Islam antara lain:

- Menghalalkan hubungan kelamin bagi suami isteri.
- Memperoleh keturunan anak saleh salehah.
- Mewujudkan suatu keluarga dengan dasar kasih sayang
- Mengikuti sunah Nabi Muhammad Saw.

²⁹ 'Aidh al-Qarni, *Tafsir Muyassar*, jilid 4, (Jakarta: Qisthi Press, 2007), 349.

³⁰ Dirjen Pembinaan Kelembagaan Agama Islam Departemen Agama, *Kompilasi Hukum Islam di Indonesia*, (Jakarta: Direktorat Pembinaan Badan Peradilan Agama, 1991/1992), 13.

³¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, volume 11, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 33-36.

³² Hasbi Indra. dkk, *Potret Wanita Shalehah*, 81-84.

- Memelihara kesucian diri dan beribadah kepada Allah Swt.
- Mencari kecukupan hidup.³³

6. Peran dan Fungsi Istri

Peran dan fungsi seorang isteri di dalam perkawinan merupakan kewajiban istri turut menciptakan kehidupan keluarga yang *sakinah, mawaddah, warahmah*, antara lain:

- Taat dan patuh pada suami syang sejalan dengan perintah Allah.³⁴
- Memelihara kehormatan diri dan harta suami dan berbuat baik kepada orang lain, dan tidak menerima tamu laki-laki bila suami tidak di rumah³⁵
- Menyenangkan hati suami dengan cara merawat diri dan kecantikan. Menampilkan sikap dan perbuatan baik dan tidak membuka aibnya.³⁶
- Melayani kebutuhan biologis suami sebagai hak suami isteri.³⁷
- Meminta izin suami bila keluar rumah.³⁸
- Mengurus pekerjaan rumah tangganya sesuai kemampuannya.

Bila istri telah menjalankan kewajibannya sebagai ibu rumah tangga dengan baik, ia berhak memperoleh imbalan hak dari suaminya. Sang suamipun wajib memenuhi hak-hak istrinya dengan sebaik-baiknya. Pemenuhan kewajiban secara timbal-balik antara suami dan istri adalah kunci terciptanya keluarga yang *sakinah, mawaddah, warahmah*.³⁹

7. Komitmen dalam Perkawinan

Komitmen terbagi dua, yaitu jangka pendek dan jangka panjang. Jangka pendek adalah keputusan

³³ Fatchiah E Kertamuda, *Konseling Pernikahan untuk Keluarga Indonesia*, (Jakarta: Salemba Humaika, 2009), 26

³⁴ Hasbi Indra, dkk, *Potret Wanita Shalehah*, 188.

³⁵ Hasbi Indra, dkk, *Potret Wanita Shalehah*, 189-190

³⁶ Hasbi Indra, dkk, *Potret Wanita Shalehah*, 190-191.

³⁷ Hasbi, *Potret Wanita Shalehah*, 191-192.

³⁸ Hasbi Indra, dkk, *Potret Wanita Shalehah*, 193.

³⁹ Hasbi Indra, dkk, *Potret Wanita Shalehah*, 194-195.

untuk mencintai seseorang. Jangka panjang adalah keputusan untuk mempertahankan dan merawat cinta dengan pasangan dalam perkawinan hingga akhir hidup. Komitmen ini memungkinkan suami istri tetap setia dan bertahan berjalan bersama serta mampu mengatasi berbagai permasalahan dalam perkawinan, karenanya komitmen merupakan sisi kognitif dari cinta.⁴⁰ Membangun komitmen dalam perkawinan bertujuan untuk mencapai keluarga *sakinah, mawaddah warahmah*. Untuk mencapai keluarga ideal ini suami istri perlu memahami *min anfusikum* adalah dari dirimu sendiri menjadi *sakinah* (menjadikan istrinya bagian dari dirinya sendiri dan sebaliknya). *Mawaddah*, artinya cinta yang disertai birahi dan kekosongan jiwa dari berbuat jahat terhadap yang dicintainya (cinta plus). *Rahmah* artinya kasih sayang sebagai perekat pasangan suami istri yang bisa abadi hingga akhir hayat.

8. Monogami dan Poligami

Pada dasarnya, asas penting yang dianut sistem undang-undang perkawinan di dunia Islam adalah monogami yang hanya memperbolehkan seorang laki-laki mempunyai satu isteri pada jangka waktu tertentu. Hukum Islam dan hukum dalam perundang-undangannya memperbolehkan poligini pada orang tertentu dengan alasan tertentu pula. Landasan berpoligini dalam Islam terdapat dalam QS. *al-Nisa* ayat 3 yang artinya "...Dan jika kamu takut tidak akan mampu berlaku adil terhadap perempuan (yatim), maka kawinilah yang kamu senangi dari wanita-wanita (lain) dua, tiga atau empat. Lalu jika kamu takut tidak akan dapat berlaku adil, maka seorang saja, atau budak-budak wanita yang kamu miliki. Yang demikian itu adalah lebih dekat kepada tidak berbuat aniaya".

Di Indonesia, UU No.1 Tahun 1974

⁴⁰ Dio Wibiksono, *Membangun Komitmen*, <http://rmdio.blogspot.com/2012/05/psikologi-keluarga-membangun-komitmen.html>. (diakses 09 September 2015).

tentang perkawinan, pada pasal 3 (1) menyebutkan bahwa: Pada azasnya dalam suatu perkawinan seorang pria hanya boleh mempunyai seorang isteri dan seorang isteri hanya boleh mempunyai seorang suami. Pada pasal 3 (2) dinyatakan bahwa: pengadilan, dapat memberi izin kepada seorang suami untuk beristeri lebih dari seorang apabila dikehendaki oleh pihak-pihak yang berkepentingan. Pasal 4 (1) berbunyi: dalam hal seorang suami akan beristeri lebih dari seorang, sebagaimana tersebut dalam pasal 3 (2) UU ini, maka ia wajib mengajukan permohonan kepada pengadilan di daerah tempat tinggalnya. Pasal (2) tentang pengadilan dimaksud dalam ayat 1 pasal ini hanya memberikan izin kepada seorang suami yang akan beristeri lebih dari seorang apabila: a. Isteri tidak dapat menjalankan kewajibannya sebagai isteri. b. Isteri mendapat cacat badan atau penyakit yang tak dapat disembuhkan. c. Isteri tidak dapat melahirkan keturunan. Pasal 5 UU perkawinan menyatakan bahwa syarat-syarat yang harus dipenuhi seorang laki-laki untuk beristeri lebih dari satu adalah: a. Adanya persetujuan dari isteri/isteri-isteri. b. Adanya kepastian mampu menjamin ke-perluan hidup isteri-isteri dan anak-anaknya. c. Adanya jaminan berlaku adil.⁴¹

Secara hukum Islam, seorang suami tidak perlu meminta izin kepada isterinya untuk menikah lagi. Tetapi hal ini bertentangan konsep *al-mua'syarah bi al-ma'ruf* (memperlakukan isteri dengan baik) seperti yang dinyatakan Allah dalam QS. *al-Nisa* ayat 19. Meminta persetujuan isteri untuk menikah lagi sesuai dengan petunjuk Allah untuk memperlakukan isteri dengan baik,

Poligini hanyalah pintu darurat yang tidak semua orang boleh melewatinya. Ada laki-laki yang tidak cukup dengan satu isteri, isterinya mandul atau sakit berkepanjangan yang tidak bisa melayani suami. Islam menyalurkan

⁴¹ Muhammad Amin Summa, *Hukum Keluarga Islam di Dunia Islam*, (Jakarta: Rajawali Press, 2004), 230.

fitrah manusia dengan etika harus berlaku adil terhadap isteri-isterinya. Rasulullah menikahi beberapa wanita bukan karena motivasi nafsu (seksual), tetapi untuk melindungi perempuan dan dakwah islamiyah. Isteri beliau hanya Siti Aisyah binti Abu Bakar As yang perawan dan Hafshah binti Umar bin Khattab yang janda muda, sedang yang lainnya janda berusia 40 tahun ke atas. Jadi, Islam dengan alasan tertentu memperbolehkan seseorang untuk melakukan poligini, Inilah sebabnya poligini di masyarakat muslim masih tetap diakui kebolehnya.

Banyak faktor yang menyebabkan seorang isteri bertahan dalam perkawinan poligini. Seperti pertimbangan masalah anak atau faktor lainnya. Seorang isteri harus mengembangkan pertahanan diri yang kokoh agar rumah tangganya bertahan, Masalahnya bila keluarga dan masyarakat mengetahui akan banyak stigma negatif bagi isteri. Kondisi yang semakin tidak nyaman pada akhirnya menimbulkan stres. Oleh karena itu, intervensi untuk mengurangi sumber stres bisa datang dari individu itu sendiri.

Poligini yang tidak adil akan menimbulkan empat dampak negatif. Menurut al-Athar dalam bukunya *Ta'addud az-Zaujat* seperti yang dikutip oleh Khairudin Nasution, ada empat dampak negatif, yaitu:

- a. Kecemburuan antar isteri.
- b. Kekhawatiran di kalangan isteri jika suami tidak dapat berlaku adil.
- c. Rawan persaingan tidak sehat antar anak yang berbeda ibu.
- d. Kekacauan dalam bidang ekonomi.⁴²

Melihat dampak negatif yang timbul akibat poligini terhadap isteri dan anak-anak, maka [poligini bukanlah jalan keluar](#) terbaik dari masalah keluarga. Dampak negatif tersebut akan muncul, walau seadil apapun suami terhadap keluarga-keluarganya. Perempuan lebih

memiliki kecenderungan mengalami stress dibanding laki-laki sebagai akibat permasalahan pernikahan dan anak.

D. Pembahasan

1. Coping Stress Istri dalam Perkawinan Poligini

a. Subjek 1

Subjek 1 adalah seorang perempuan yang berumur 37 tahun dan suaminya berusia 55 tahun, mereka menikah pada 6 Agustus 1994. Pada waktu menikah subjek 1 baru berusia 16 tahun sedang suaminya berusia 35 tahun. Sudah 21 tahun mereka menikah. Mereka memiliki 7 (tujuh) orang anak, 4 (empat) putera dan 3 (tiga) puteri. Keterbatasan ekonomi membuat ia hanya berpendidikan MTsN. Setelah menikah suami memboyongnya tinggal di Banjarmasin. Subjek 1 memiliki tubuh sedang dan kondisi psikis yang kelihatan tertekan. Sikap cukup sabar dan terkesan senang karena ada yang mau mendengarkan ceritanya.

Awalnya subjek 1 dan suaminya hidup berbahagia. Pada tahun 2004 mulai ada perubahan. Tahun 2005, secara diam-diam suaminya menikah di bawah tangan dengan seorang perempuan di Banjarmasin. Mendengar berita langsung dari mulut suaminya, tentu saja subjek 1 sangat terpukul, marah, menangis, bersedih, kecewa dan sering sakit-sakitan. Pernikahan poligini suaminya yang pertama ini bubar sebelum genap satu tahun. Tahun 2006, secara diam-diam suaminya menikah lagi dengan perempuan dengan orang Alabio. Waktu itu subjek 1 sama sekali tidak curiga ketika suami pergi beberapa hari keluar kota. Ternyata kepergian itu untuk menikah lagi. Sejak itu suaminya sering pergi keluar kota untuk menggilir isteri mudanya. Subjek tidak bisa menahan kesedihannya, sehingga ia sering menghindari pembicaraan orang tentang dirinya dan suaminya. Merasa lelah menggilir isteri muda di Alabio, suami memintanya untuk menerima madunya tinggal serumah dan bersama mengelola usaha dagang mereka. Subjek

⁴² Khairudin Nasution, *Riba dan Poligam: Sebuah Studi atas Pemikiran Muhammad Abduh* (Jakarta: 1996), 100.

1 setuju. Sayang isteri muda ini tidak amanah. Isteri muda ini diceraikan suaminya setelah memiliki seorang anak. Subjek 1 pernah meminta suami untuk memilih salah satu dari isterinya, tapi suaminya selalu mempertahankan dirinya sebagai isteri pertama.

Beberapa keluarga dan teman yang bersimpati menawarkan jasa untuk mendatangi orang pintar, namun ia menolak. Orangtua dan mertualah yang selalu menasehati supaya bersabar dan berdoa kepada Allah. Menurut orangtuanya, tak apa-apa laki-laki itu mempunyai isteri lebih dari satu asal ada duitnya. Ia juga meminta air doa (*banyu tawar*), nasehat dan doa dari orang 'alim yang menasehatinya untuk percaya kepada takdir Allah. Sejak saat itu subjek 1 mengaku rajin salat malam untuk menumpahkan kesedihannya. Ia juga rajin ke majelis taklim untuk mendengar dan belajar agama. Dari sini ia merasa lebih tenang.

Pada tahun 2012 suaminya meminta izin untuk menikah di bawah tangan untuk ketiga kalinya. Subjek 1 mengizinkan secara lisan karena suaminya memang tidak bisa dilarang berpoligini. Mereka Sekarang subjek 1 tinggal satu rumah dengan madunya yang dikaruniai seorang anak usia 1 (satu) tahun. Tempat tinggal keluarga ini di salah satu kompleks perumahan yang ada di Banjarmasin. Kelihatannya mereka akur saja dengan madunya ini. Madunya sekarang ia anggap sebagai saudara. Madunya sendiri menyadari posisinya sebagai isteri muda yang menghormati dan menghargai isteri pertama suami mereka. Sekarang sudah 10 tahun subjek 1 menjalani kehidupan perkawinan poligini.

b. Subjek 2

Subjek 2 adalah seorang perempuan biasa kelahiran tahun 1959. Subjek 2 hanya mengenyam pendidikan SD. Orang tuanya berasal dari Madura. Ia sendiri lahir di Banjarmasin. Keluarganya sudah lama tinggal di Banjarmasin (Kelayan), mereka sudah merasa menjadi orang

Banjar. Kedua orangtuanya sudah tiada. Pada tahun 1975 subjek 2 berkenalan dengan seorang pemuda Banjar, 2 (dua) bulan berkenalan. Mereka menikah. Tahun 2015 ini usia perkawinannya genap 40 tahun. Mereka dikaruniai 2 (dua) orang anak dan 7 (tujuh) orang cucu. Sekarang subjek 2 sudah berusia 57 tahun dan suaminya usia 62 tahun. Untuk menopang perekonomian keluarga, subjek 2 berjualan soto dan gado-gado. Sejak 10 (sepuluh) tahun terakhir ini menjadi penjual ayam potong di Pasar Lokasi. Secara tampilan fisik, subjek 2 banyak mengalami kekerasan hidup yang berat. Fisiknya yang kurus dan raut wajah yang agak pucat menggambarkan kelelahan psikhisnya, namun ia tetap tegar dan sabar serta sudah mengikhlaskan ketentuan sang Khalik yang berlaku terhadap dirinya. Terhitung 3 (tiga) kali dipoligini di bawah tangan.

Sejak hamil anak kedua. Suaminya sering main perempuan. Tahun 1982 setelah anak ke dua lahir, diam-diam suaminya menikah di bawah tangan dengan seorang perempuan desa Tajau Pecah. Betapa hancur perasaannya, Setelah ketahuan, pernikahan poligini suaminya berakhir. Alasan suaminya kawin beralasan untuk mendapatkan anak lagi padahal subjek 2 baru melahirkan. Masih tahun 1982 suaminya kembali menikah di bawah tangan dengan perempuan dari Pal 25. Subjek 2 lebih sakit hatinya karena suami betah berlama-lama tinggal di rumah madunya. Suami baru pulang bila kehabisan uang. Setelah ketahuan suaminya sudah beristeri dan beranak. Merekapun bercerai.

Subjek 2 sering mengalami kekerasan fisik, pernah ditampar di muka hingga gigi dan matanya bengkak, ditumpahi nasi panas di kepala hanya karena terlambat menyiapkan makanan, secara paksa mengambil gelang emas dan mengambil kalung di lehernya sewaktu tidur. Walaupun saudara dan teman mengajak pergi ke orang pintar. Ia hanya minta amalan ke orang alim.

Subjek 2 hanya mendengarkan nasehat orang alim, orangtua dan mertuanya dan mendekatkan diri kepada Allah dengan salat, zikir dan salawat dan lain-lain.

Tahun 1986 suaminya kembali berhubungan dengan seorang perempuan asal Kandangan yang tinggal di Kuripan Banjarmasin. Hubungan itu sudah meresahkan masyarakat. Demi menjaga nama baik suami, Iapun menyetujui suaminya menikah lagi. Ia hanya berharap suaminya berlaku adil. Poligini suaminya yang ketiga ini berlangsung sampai sekarang. Menurut subjek 2, seorang laki-laki boleh saja beristeri lebih dari satu asal bertanggung jawab dan adil kepada isteri-isteri dan anak-anaknya. Ia pernah meminta cerai, namun suaminya tidak mau menceraikan salah satu isteri. Sudah 34 tahun ia menjalani kehidupan perkawinan poligini. Baginya, mengizinkan suami berpoligini merupakan jalan menuju surga.

c. Subjek 3

Subjek 3 adalah seorang perempuan muda kelahiran tahun 1979. Ia mempunyai seorang kakak laki-laki yang sedang kuliah di sebuah perguruan tinggi di kota Banjarmasin. Setelah menamatkan MAN diijodohkan oleh kakaknya dengan temannya kelahiran tahun 1969. Tahun 1995, setelah calon suami lulus kuliah merekapun menikah. Pasangan ini beda usia 10 tahun. Sekarang mereka dikaruniai 11 (sebelas) orang anak, 7 (tujuh) orang di antaranya hidup terdiri 2 (dua) orang laki-laki dan 5 (lima) orang perempuan.

Subjek 3 adalah perempuan berhijab. Ia perempuan salehah. Wajahnya manis, ceria dan banyak senyum. Tidak ada kesan beban di raut wajahnya. Sedang suaminya seorang dosen (PNS) di salah satu PT Islam di Banjarmasin, mengajar di PT Islam swasta dan penceramah. Hari-hari dilaluinya dengan mengasuh anak mereka, sekali-kali ia ikut bila suaminya mengisi ceramah. Sang suami sangat sayang kepada isteri dan anak-anaknya,

namun sejak 8 tahun yang lalu suaminya mulai mengutarakan niatnya untuk berpoligini. Pernyataan itu tidak begitu ditanggapi, walaupun jujur di hatinya ada kekhawatiran. Pada tahun 2009 suaminya meminta izin untuk menikahi mahasiswinya di PT Islam swasta dengan alasan untuk membantu orang yang membutuhkan atau menolong orang yang meminta perlindungan. Setelah suaminya menikah, suami secara bertahap mengatur pembagian waktu menggilir isterinya dan segala sesuatu sesuai aturan syariah dan janjinya dulu. Suamipun mendaftarkan perkawinannya di Pengadilan Agama.

Pada awal dimadu, subjek 3 tidak menampik betapa sakitnya hatinya, beruntung ia mempunyai kakak yang selalu siap menjadi tempat curhatnya, menasehati dan meneduhkan hatinya. Beberapa teman yang peduli menyarankan untuk meminta amalan kepada orang alim. Ia menerima amalan berupa salat, berdoa, beristigfar, berzikir dan bersalawat kepada Rasulullah. ia akan lakukan. Dengan cara ini ia merasa tenang dan menerima takdir Allah dengan sabar dan ikhlas.

Menurut subjek 3 berpoligini boleh dilakukan secara agama bila mampu. Ia tidak menutup diri sebagai keluarga yang berpoligini. Hal ini membuat banyak orang bertanya-tanya. Kok bisa rukun. Ini terjadi karena suami memang dapat menjalani kehidupan poligininya sesuai ajaran agama. Suami dinilainya adil dengan dua isterinya dan anak-anak mereka. Suami menyediakan rumah masing-masing kepada isterinya di sebuah komplek. Menurut subjek 3, rezeki lancar setelah mereka menjalani hidup berpoligini. Keakraban keluarga ini terlihat publik ketika mereka pergi bersama ke pengajian, ke resepsi perkawinan, pulang kampung suami atau isteri, ke pasar, menengok anak di pesantren. Ia dan madunya saling bantu dan bekerja sama untuk urusan suami dan anak-anak mereka. Anak-anak memanggilnya kaka. Baginya tidak ada

masalah dengan kehidupan perkawinan poligini.

2. Faktor-Faktor yang Menyebabkan Isteri bertahan dalam Perkawinan Poligini

a. Subjek 1

Pemahaman subjek 1 tentang poligini yang dianggapnya sebagai hak suaminya, yaitu poligini itu diperbolehkan asalkan sanggup. Agama juga memperbolehkan poligini asalkan suami adil terhadap isteri-isteri dan anak-anaknya. Subjek 1 mengaku ikhlas dipoligini. Ia berharap, kesabaran dan keikhlasan akan membawanya ke surga. Perkawinan subjek 1 dengan suaminya sudah berlangsung 21 tahun dengan 7 (tujuh) orang anak menjadi perekat perkawinan mereka. Ia mengaku kasian kalau anak-anaknya tidak memiliki orangtua lengkap. Anak kedua sering menghindar dari bapaknya karena malu. Ia pendiam dan sering murung, tapi suaminya sangat sayang kepada anak-anak mereka.

Secara ekonomi subjek 1 merasa nyaman dengan kehidupan sekarang. Suaminya memberikan kepercayaan penuh kepadanya untuk mengelola usaha dagang mereka, bahkan madunya sekarang tinggal dalam satu rumah dan ikut pula berdagang bersamanya. Kalau harus bercerai subjek 1 mengaku bingung untuk bekerja apa Subjek 1 mengaku tidak siap menjadi janda karena perceraian. Lebih lanjut ia menyatakan bahwa menjadi janda itu banyak susahannya. Selain urusan anak-anak dan masalah nafkah. Janda juga sering dipandang sebelah mata oleh masyarakat sekitar. Pulang malam salah, ada tamu laki-laki ke rumah salah, ya serba salah. Ia mengaku masih cinta dan sayang kepada suaminya, sekalipun sudah disakiti berkali-kali, tetapi subjek 1 dapat memaafkan. Menurutnya, cinta itu merupakan hal yang sulit dimengerti, karena cinta dan kasih sayang kepada suami ia rela dimadu di samping beberapa faktor di atas.

b. Subjek 2

Setiap ibu pasti sayang kepada anak-anaknya. Untuk itu subjek 2 berusaha untuk bertahan, sabar, tabah, ikhlas dalam menjalani hidup berpoligini. Subjek 2 juga menjaga harga dirinya dan suaminya di tengah masyarakat. Bertahan dalam kehidupan poligini lebih baik baginya daripada bercerai. Kalau sampai bercerai berarti suaminya tak mampu mendidik dan bertanggung jawab terhadap keluarganya atau ia kalah dengan madunya. Perceraian memalukan baginya, suaminya dan keluarganya besarnya. Tidak hanya itu, ia juga mengaku malu dengan predikat janda. Menjanda itu tidak enak dan serba salah, walaupun kita orang baik. Apalagi di kampung, janda dianggap ancaman bagi para isteri, karena banyak isteri yang takut kalau suami mereka tergoda oleh janda. Untuk itu subjek mengaku ikhlas dan sabar dalam perkawinan poligini asal adil. Subjek 2 juga mengaku sayang kepada suaminya, walaupun dulu ia sempat marah dan membencinya.

c. Subjek 3

Subjek 3 adalah seorang perempuan berhijab tamatan MAN. Dengan pengetahuan yang dimilikinya ia memahami bahwa agama memperbolehkan untuk berpoligini. Di samping itu agama juga mewajibkan seorang isteri untuk taat kepada suami. Maka ketika suaminya meminta untuk berpoligini subjek 3 dapat menerima dan bertahan dalam perkawinan poligami. Dan sebagai seorang bapak suaminya sangat menyayangi anak-anak, begitu madunya banyak terlibat di dalam mengasuh anak-anak. Anak-anak sendiri sayang kepada ibu tirinya dan memanggilnya dengan sebutan kakak. Baginya kenyataan ini menjadi salah satu alasan untuk mempertahankan rumah tangganya dalam perkawinan poligini yang dilakukan suaminya.

Secara ekonomi kehidupan keluarga subjek 3 jauh lebih baik dari sebelumnya. Sekarang kedua isteri suaminya masing-

masing sudah memiliki rumah masing-masing yang jaraknya berdekatan. Memiliki mobil dan motor untuk alat transportasi bersama. Terpenuhinya kebutuhan ekonomi keluarga ini membuatnya mensyukuri dan merasa nyaman dalam kehidupan perkawinan poligini. Menurutnya, dalam kehidupan poligini banyak nikmat yang Allah berikan kepada keluarganya. Kalau kita melaksanakan agama Allah dan menolong sesama, maka Allah pun pasti menolong kita. Selain itu, menjaga nama baik suami sebagai PNS dan penceramah di mata umat adalah kewajiban isteri. Selama suami tidak melakukan hal yang dilarang agama ia akan mendukung, sekalipun dalam masalah yang sangat sulit seperti permintaan berpoligini. Dengan kesabaran dan keikhlasan dalam taat dan patuh kepada suami, ia merasakan suami lebih sayang kepadanya dan lebih bahagia dari sebelumnya. Ia menyatakan ikhlas berbagi kebahagiaan dengan madunya. Madunya sendiri memang perempuan yang baik dan tahu posisinya serta dapat menempatkan diri dengan tepat di dalam perkawinan poligini mereka. Keluarga ini memang terlihat bahagia. Subjek 3 tidak pernah meminta cerai atau menceraikan madunya. Kehidupan perkawinan poligini sudah dijalannya selama 6 tahun.

E. Analisis

Kemampuan seorang isteri (isteri pertama) bertahan dalam perkawinan poligini tidak sederhana apa yang kita bayangkan. Banyak di antara isteri yang dipoligini mencoba bertahan dalam perkawinan mereka, tetapi pada akhirnya mereka menyerah/memilih mundur.

1. *Coping stress* yang berfokus pada emosi (*Emotion-focused coping*).

a. Subjek 1

1) *Distancing*

Subjek 1 sangat terpukul, kecewa, sedih dan jatuh sakit ketika mengetahui ia

dipoligini. Ia dapat bangkit setelah membuat upaya kognitif dengan tidak mempersoalkan poligini suaminya. Dalam kesehariannya, subjek 1 bersikap tenang, tetap berdagang di pasar, ke majelis taklim, ke tempat resepsi dan lain-lain. Ia menghindari pembicaraan orang tentang mereka. Upaya kognitif yang dilakukannya berakibat emosinya lebih tenang.

2) *Self control*

Walaupun subjek 1 sulit mengontrol emosi karena sakit hati, cemburu, marah dan kecewa, namun ia berusaha untuk ikhlas, sebab hak Allah untuk menguji seberapa besar kecintaan dan penghambaan manusia kepada-Nya.⁴³ Ia juga berusaha sabar untuk berpegang teguh kepada agama agar mampu mengambil keputusan untuk bertahan dalam perkawinan poligini. Orang sabar mengerti bagaimana cara menghadapi permasalahan secara bijak.⁴⁴

3) *Accepting responsibility*

Subjek 1 berusaha menyadari tanggung jawabnya dalam permasalahan yang dihadapinya dan menerima perkawinan poligini yang dilakukan suaminya, menerima madunya tinggal serumah dan bersama-sama mengurus perdagangan keluarga. Hal ini dilakukan untuk kebaikan semuanya.

4) *Escape avoidance*

Subjek 1 berusaha untuk mengatasi yang menekan perasaan dan mencoba melepaskan diri dari situasi

⁴³ Zainal Abidin & Imam Fathurrohman, *Bimbingan Spritual 5+Menyembuhkan Penyakit & Menenangkan Jiwa*, cet. 1 (Jakarta: PT Mizan Publika, 2009), 64-68.

⁴⁴ Tallal Alie, *Mukjizat Sabar*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2013), 113-115

yang dialaminya, karena ia tidak mampu menghindari atau menolak keinginan suaminya untuk berpoligini. Subjek 1 menyadari kalau tabiat suaminya yang tidak cukup dengan satu perempuan.

5) *Positif reappraisal*

Sejak poligini suami yang pertama, kedua dan ketiga, ia berusaha menciptakan makna positif dengan meminta nasehat dan doa dari orangtua dan orang alim. Rajin salat malam untuk menghilangkan kecemasan. Segala harapan disandarkan kepada Allah Swt. maka doa bermanfaat untuk penyembuhan bagi stres.⁴⁵ Rajin berzikir untuk mengurangi tekanan psikologis. Ikhlas dan sabar dan tawakal kepada-Nya dalam usahanya bertahan dalam perkawinan poligini akan mengantarkannya masuk surga.

b. Subjek 2

1) *Distancing*

Subjek 2 membuat upaya kognitif untuk melepaskan diri dengan menahan emosi dari situasi yang ditimbulkan dari perkawinan poligini. Begitu sulit, hingga ia hanya menunggu datangnya keajaiban. Ia tidak menjaga jarak dengan siapapun. Ia tetap keluar rumah untuk bergaul dengan masyarakat, pergi ke majelis taklim dan berdagang soto dan gado-gado.

2) *Self control*

Perasaan subjek 2 ketika mengetahui dipoligini suaminya marah, sedih, kecewa, dan rasa dikhianati. Ia sulit mengontrol emosinya. Pada perkawinan poligini suaminya yang ketiga subjek 2 benar-

benar mempersiapkan diri dan berusaha mengontrol emosinya, ia berusaha sabar dan ikhlas atas apa yang terjadi, bagaimanapun suaminya tetap mempoligini.

3) *Accepting responsibility*

Pada perkawinan poligini suaminya yang pertama dan kedua subjek 2 ikut berperan mendatangi madunya dan berbuah perceraian. Pada perkawinan poligini ketiga suaminya, ia bersedia suaminya menikahi perempuan itu demi menjaga nama baik suaminya.

4) *Escape avoidance*

Secara emosi sulit bagi subjek 2 untuk lepas dari permasalahan suaminya. Ia bisa berupaya dan berhayal suatu saat suaminya sadar akan kesetiaannya. Walaupun begitu ia mengaku selalu menasehati dan mendoakan kebaikan untuk suaminya.

5) *Positif reappraisal*

Subjek 2 berusaha memfokuskan diri dalam menciptakan makna positif. Ia rajin mendatangi pengajian ibu-ibu, rajin berdoa, zikir, salat malam untuk mendapatkan ketenangan. Subjek 2 sadar akan nasibnya untuk bisa bersabar, ikhlas tawakkal atas ketentuan Allah. Dengan doa dan zikir ia dapat melepaskan ketegangan, sehingga tercegah dari stres dan gangguan kejiwaan.

c. Subjek 3

1) *Distancing*

Subjek 3 kecewa dan sakit hati kepada suaminya, namun karena suaminya telah meminta izin kepada orangtua dan kakaknya, maka iapun mengizinkan. Untuk itu ia berusaha membuat upaya kognitif untuk menahan

⁴⁵ Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*, 268.

emosi dari situasi yang ada. Berusaha melibatkan diri dalam permasalahan poligini yang dilakukan suaminya dengan menghindari segala permasalahan yang mungkin timbul. Ia tidak menjaga jarak dari siapapun termasuk madunya. Ia tetap beraktivitas seperti biasa.

2) *Self control*

Pada tahun 2009 suaminya secara resmi berpoligini. Walaupun ia sedih dan merasa dikhianati, namun ia lebih mampu meredam emosinya disebabkan poligini yang dilakukan melalui persiapan yang matang. Suaminya tidak langsung menerapkan waktu gilir dengan isteri mudanya. Selain itu kebaikan madunya dalam urusan anak-anak membuatnya dapat mengontrol emosinya. Bagi subjek 3 tidak ada alasan untuk marah kepada suami atau madunya. Ia ikhlas dan sabar dan berusaha mengerti bagaimana cara menghadapi permasalahan secara bijak.⁴⁶

3) *Accepting responsibility*

Subjek 3 turun berperan dengan memberikan izin poligini suaminya, sebab niatnya membantu orang yang membutuhkan dan meminta perlindungan. Walaupun ia harus mengatur perasaannya demi kebaikan semua pihak.

4) *Escape avoidance*

Subjek 3 istri yang taat kepada suami dan baik kepada semua orang. Ia tidak pernah berpikir untuk bercerai atau menghayalkan suaminya untuk menceraikan madunya. Semua dijalankannya dengan baik karena memang Allah telah mentakdirkan demikian. Sulit

memang bila dinalar ketika subjek 3 menganggap madunya seperti saudaranya.

5) *Positif reappraisal*

Subjek 3 dengan pengetahuan agama yang dimilikinya berusaha memfokuskan pengembangan diri dengan meminta nasehat kepada orangtua dan kakaknya serta rajin ke majelis taklim bersama madunya. Subjek 3 bersyukur atas nikmat kehidupan yang lebih baik. Dengan bersyukur Allah akan merasakan kedamaian.⁴⁷ Ia rajin salat malam untuk menghilangkan kecemasan, merangsang sistem syaraf lain yang akan menutup terbawanya rangsangan sakit ke otak.⁴⁸ Doapun menjadi sumber kekuatan yang bermanfaat untuk penyembuhan bagi stres dan gangguan kejiwaan,⁴⁹ Zikir sebagai kegiatan psikologis sama nilainya dengan terapi rileksasi yang dapat mengistirahatkan dan mengurangi tekanan psikologis.⁵⁰

1. *Coping stres berfokus pada masalah (Problem-focused coping)*

a. Subjek 1

1) *Planful problem solving*

Berusaha membuat perencanaan terhadap permasalahan suaminya yang berpoligini dengan kesediaannya untuk tinggal serumah dan usaha dagang bersama. Cara ini menjadi solusinya terutama untuk mengontrol suami dan madunya.

⁴⁷ Mustamir, *Hidup Sehat & Herbal Ala Resep Sufi*, (Yogyakarta: Diva Press, 2008), 282.

⁴⁸ Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*, 228-230.

⁴⁹ Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*, 268.

⁵⁰ Abdul Mujib & Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, cet. 2 (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2002), 236-238.

⁴⁶ Tallal Alie, *Mukjizat Sabar*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2013), 113-115

2) *Confrontative coping*

Kekecewaannya terhadap suami dilakukan dengan cara membiarkan suaminya berpoligini di bawah tangan. Cara ini sah secara agama, namun isteri muda dan anaknya tidak memiliki kekuatan hukum dalam perkawinan.

3) *Seeking social support*

Subjek mendapat dukungan orangtua dan saudara dan orang 'alim dengan nasehat untuk bersikap dan meminta air doa. Air menurut Masaru Emoto bisa merekam pesan, menangkap, menyimpan dan mentransfer melalui air yang lain. Air memiliki sifat sensitif namun juga reaktif. Bila dibacakan kata-kata yang baik akan bereaksi positif, begitu pula sebaliknya.

4) *Acceptance*

Subjek 1 tidak berdaya melarang suaminya berpoligini. Ia hanya bisa berserah diri pada takdir Allah, Ia beranggapan tiada hal yang bisa dilakukannya selain menerima takdir hidup dalam perkawinan poligini.

5) *Denial (avoidance)*

Cara pengingkaran terhadap perkawinan poligini suaminya adalah dengan melupakan masalah yang ada pada dirinya dengan menganggap madu sebagai saudara untuk dapat bekerja sama dan saling menolong. Tapi kalau dianggap madu ia menjadi saingan dalam memperebutkan perhatian dan kasih sayang suami.

b. Subjek 2

1). *Planful problem solving*

Subjek 2 mengizinkan suaminya berpoligini. Ia tidak mampu mencegah suaminya berpoligini untuk ketiga kalinya.

2). *Confrontative coping*

Pada perkawinan poligini suaminya yang pertama dan kedua subjek 2 tidak dapat menahan marahnya. Ia benci kepada suami yang telah mengkhianatinya. Tindakan konfrontatifnya dengan membiarkan suaminya menikah tak resmi. Cara ini mengokohkan dirinya sebagai isteri yang sah secara hukum agama dan negara.

3) *Seeking social support*

Subjek 2 meminta dukungan orangtua dan mertuanya masih hidup. Kepada orang 'alim ia meminta air doa dan amalan untuk ketenangan jiwanya.

4) *Acceptance*

Subjek 2 memang menerima apa yang terjadi padanya. Baginya tidak ada yang bisa dilakukannya lagi untuk mencegah suaminya menikah lagi selain menerima takdir Allah atas dirinya.

5) *Denial (avoidance)*

Berusaha melupakan masalah yang terjadi. Ia berusaha berbuat baik kepada madunya dengan menganggapnya saudara, karena kalau madu itu rasanya menyakitkan, tapi kalau saudara kita akan mau berbagi suka dan duka bersama.

c. Subjek 3

1) *Planful Problem Solving*

Subjek 3 dan suaminya dapat menyepakati perkawinan poligini resmi secara agama dan Negara. Dengan kesepakatan itu, suami dan kedua isterinya mengurus persyaratan dan mencatatkannya di Pengadilan Agama.

2) *Confrontative coping*

Tidak ada tindakan konfrontatif. Subjek 3 dapat memahami kebolehan bagi seorang laki-

laki untuk berpoligini dengan syarat mampu dan berlaku adil. Subjek 3 juga memaklumi alasan suaminya berpoligini untuk menolong orang yang meminta perlindungan.

3) *Seeking social support*

Subjek 3 meminta dukungan dan nasehat kepada orangtua dan kakaknya atas dalam perkawinannya dengan suami. Dengan dukungan sosial ia dapat menyelesaikan masalahnya. Subjek 3 pun tidak menampik kalau ia meminta doa dan amalan (sesuai Islam) untuk menenangkan diri.

4) *Acceptance*

Sebagai seorang isteri yang taat kepada suaminya, ia dapat menerima perkawinan poligini suaminya, ia menganggapnya sebagai takdir yang harus diterima, ia berserah diri kepada ketentuan Allah.

5) *Denial (avoidance)*

Subjek 3 berusaha menyanggah dan melupakan masalah yang ada pada dirinya. Dia menerima dipoligini oleh suaminya karena kesediaannya menolong seseorang yang memerlukan perlindungan suaminya. Subjek 3 juga menganggap madunya sebagai saudara yang dapat saling tolong menolong untuk kebaikan keluarganya.

Keterampilan memecahkan masalah yang dimiliki subjek membuat mereka mampu untuk mencari informasi, menganalisa situasi dan mengidentifikasi masalah. Cara ini menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan hasil yang ingin dicapai yang akhirnya melaksanakan sesuai rencana. Keterampilan sosial subjek dalam berkomunikasi dan bertingkah laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku

di masyarakat juga membantu subjek untuk mengatasi masalahnya, termasuk dukungan sosial untuk memenuhi kebutuhan informasi dan emosi pada diri yang diberikan oleh keluarga, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat lainnya.

Poligini dapat menurunkan kepuasan hidup dan perkawinan. Sebab perempuan yang dipoligini mungkin akan mengalami permasalahan gangguan jiwa yang berdampak juga bagi kesehatan. Mereka lebih mudah jatuh ke dalam depresi, gangguan psikosomatik, kecemasan, paranoid, rendah diri, dan mudah mengalami stres. Untuk itulah *coping stress* sangat perlu dilakukan.

Bilaseorangisteriyangmelaksanakan peran dan fungsinya dengan baik seperti taat pada suami, menyenangkan hati, melayani kebutuhan biologis suami dan mengurus rumah tangga dengan baik wajib dimuliakan dan dihormati dan dibahagiakan Isteri salehah seperti ini tidaklah pantas disakiti hatinya.

2. Faktor-Faktor yang Menyebabkan Isteri Bertahan dalam Perkawinan Poligini

a. Subjek 1

1) Faktor Agama

Bagi Subjek 1 agama memperbolehkan seorang laki-laki beristeri dua asal mampu. Dalam Islam landasan berpoligini terdapat dalam QS. *al-Nisa* ayat 3. Menurutnya bila suami kawin lagi dan kita mampu bersabar dan ikhlas maka balasannya adalah surga.

2) Faktor anak

Perkawinan subjek 1 dengan suaminya sudah berlangsung 21 tahun. Mereka memiliki 7 (tujuh) orang anak, agaknya menjadi perekat perkawinannya dengan suami. Setiap ibu sangat sayang anak-anaknya. Tidak jarang kita temui seorang isteri yang rela bertahan dalam perkawinan

hanya karena anak-anak masih membutuhkan orangtuanya,

3) Faktor ekonomi

Faktor ekonomi menjadi salah satu faktor subjek 1 bertahan dalam perkawinan poligini. Secara ekonomi, ia merasa nyaman dengan kehidupan sekarang karena ia pemegang kepercayaan penuh usaha dagang mereka yang sudah mapan.

4) Faktor status janda

Status janda cerai memiliki konotasi yang buruk di masyarakat. Sering dicurigai dan ditakuti para isteri di lingkungan tempat tinggalnya. Intinya subjek 1 tidak mampu menanggung status janda.

5) Faktor cinta kasih sayang

Cinta, kasih dan sayang merupakan hal yang membuat dua insan laki-laki dan perempuan bersatu di dalam lembaga perkawinan. Memang tidak bisa dirasionalkan karena menyangkut perasaan hati, namun karena sayang ia rela dimadu.

b. Subjek 2

1) Faktor anak

Kesabaran, ketabahan, keikhlasan subjek 2 bertahan dalam perkawinan poligini antara lain disebabkan sayang kepada anak-anaknya. Seorang ibu tidak akan tega bila anaknya menderita disebabkan kehilangan kasih sayang ayahnya.

2) Faktor Agama

Subjek 2 memahami bahwa agama memperbolehkan saja seorang laki-laki beristeri dua asal sanggup. Oleh sebab itu maka poligini yang dilakukan suaminya bukanlah hal yang salah. Selama suami dapat

melaksanakan tugasnya dengan baik dan tidak menelantarkan anak isterinya yang lain.

3) Faktor status janda

Subjek 2 mengaku malu kalau harus bercerai dengan suaminya. Menjadi janda sangat tidak enak dan serba salah, walaupun kita orang baik-baik saja. Apalagi di kampung, janda dianggap ancaman bagi para isteri, karena banyak isteri yang takut kalau suami mereka tergoda oleh janda. Subjek 2 tidak mau dianggap kalah dengan madunya.

4) Faktor kasih sayang

Menurut subjek 2 walaupun sudah sama-sama tua, mereka masih sama-sama sayang. Bagi mereka Hanya Allah yang dapat memisahkan-nya. Terbukti memang bahwa mereka masih bersatu hingga saat ini.

c. Subjek 3

1) Faktor agama

Sebagai seorang perempuan berhijab tamatan MAN. Dengan pengetahuan agama yang dimilikinya subjek 3 memahami bahwa agama memperbolehkan seorang laki-laki untuk berpoligini. Agama juga mewajibkan seorang isteri untuk taat kepada suami. Jadi ketika suami menginginkan berpoligini, isteri harus menerimanya atau kalau tidak sanggup dapat meminta cerai. Berpoligini harus dengan niat baik seperti menolong seorang perempuan yang meminta perlindungan. Rasul menikah bukan karena motivasi nafsu (seksual), tetapi didorong oleh keinginan beliau untuk melindungi perempuan dan dalam rangka dakwah islamiyah.

2) Faktor anak

Pertimbangan anak sebagai orang yang paling dirugikan bila terjadi perceraian orangtua membuatnya tidak meminta cerai atau meminta suami menceraikan madunya. Subjek 3 merasa baik-baik saja dalam poligini. Anak-anak mereka lebih terurus karena yang mengurus bukan hanya ayah dan ibunya saja, tetapi juga ibu tirinya yang sama baik dan sayang kepada anak-anak.

3) Faktor ekonomi

Secara ekonomi kehidupan keluarga subjek 3 memang lebih baik dari sebelumnya. Sekarang ini ia dan madunya sudah memiliki rumah dan alat transportasi masing-masing. Terpenuhinya kebutuhan ekonomi keluarga ini membuat subjek 3 bersyukur dan merasa nyaman dalam kehidupan perkawinan poligini. Kalau berpisah subjek 3 tidak memiliki pekerjaan yang dapat menopang kehidupannya.

4) Faktor kasih sayang

Cinta dan kasih sayang suami kepadanya lebih terasa dalam perkawinan poligini. Keadaan ini sangat membuat nyaman subjek 3. Komitmen untuk mempertahankan perkawinan, memungkinkan suami istri tetap setia dan bertahan berjalan bersama serta mampu mengatasi berbagai permasalahan dalam perkawinan, karenanya komitmen merupakan sisi kognitif dari cinta.⁵¹

5) Faktor status suami

Suami subjek 3 adalah seorang PNS (dosen) sekaligus da'i atau

penceramah. Dengan status tersebut subjek 3 menganggap dirinya harus menjaga harga diri suaminya di mata jamaah dan masyarakat secara umum. Selama suami tidak melakukan hal yang dilarang agama ia akan berusaha untuk selalu mendukung, sekalipun dalam masalah yang sangat sulit seperti permintaan berpoligini.

Dari faktor-faktor yang menyebabkan para subjek dapat bertahan dalam perkawinan poligini diketahui bahwa faktor keyakinan agama atau pandangan positif menjadi sumber daya psikologis yang penting, seperti keyakinan pada nasib/takdir Allah.

Poligini dapat menurunkan tingkat kepuasan hidup dan perkawinan. Perempuan yang dipoligini akan mengalami permasalahan gangguan jiwa yang berdampak pada kesehatannya. Secara kejiwaan, mereka lebih rentan depresi, gangguan psikosomatik, kecemasan, rendah diri, paranoid, dan stress. Sementara anak pasti berharap memiliki keluarga yang ideal dengan satu ayah dan satu ibu. Perhatian ayah yang terbagi, menyebabkan anak kurang kasih sayang. Sedangkan bagi anak perempuan, tidak menutup kemungkinan akan meninggalkan rasa trauma terhadap perkawinannya nanti. Kehadiran keluarga lain dalam kehidupannya, dapat memacu rasa cemburu, marah, sedih, dan kecewa.

Melihat dampak negatif yang timbul akibat poligini, baik terhadap isteri dan anak-anak. Maka perempuan mempertimbangkan segala konsekuensinya mulai dari dampak sosial, psikologis, hingga pengasuhan anak. Jika istri siap menghadapi segala konsekuensinya maka bertahan bisa menjadi pilihan tepat ketika suami menikahi perempuan lain. Tidak baik mempertahankan pernikahan hanya karena status karena efeknya akan jauh lebih menyedihkan. Sayangnya, banyak wanita yang terpaksa menyetujui suami berpoligami walaupun ia tahu dirinya

⁵¹ Dio Wibiksono, *Membangun Komitmen*, <http://rmdio.blogspot.com/2012/05/psikologi-keluarga-membangun-komitmen.html>. (diakses 15-12-2014).

tak siap menghadapi segala konsekuensi terburuk. Faktor agama, anak, ekonomi atau status janda, status suami dan faktor kasih sayang menjadi penyebab perempuan bertahan dalam lingkaran poligini yang menyakitkan dirinya sendiri. Untuk itu subjek hendaknya meningkatkan kecerdasan spiritual supaya lebih bisa menerima kenyataan.

Agar tidak menjadi 'hancur' karena bertahan di lingkaran poligini adalah berdamai dengan kenyataan. Luangkan banyak waktu untuk mendekatkan diri kepada Tuhan. Lakukan hal-hal yang terkait spiritual agar bisa membuat diri menjadi lebih baik. membantu menguatkan seseorang secara psikologis," meningkatkan keimanan kepada Tuhan, berkecimpung dalam kegiatan sosial. bisa banyak berkumpul dengan teman. Cari pemaknaan hidup lainnya, berkumpul atau berpartisipasi dalam lingkungan sosial bisa menjadi salah satu cara.

Secara umum poligini bukanlah solusi terbaik untuk menyelesaikan masalah pernikahan. Sebaliknya, poligini dapat menciptakan masalah baru bagi anggota keluarga. Namun sebagai pintu darurat yang hanya dapat dilalui oleh orang yang membutuhkan dengan syarat yang tidak ringan. Berpoligini menurut syariat Islam adalah mubah, dibolehkan tetapi tidak dianjurkan. Poligini merupakan suatu *rukhsah* (kelonggaran) ketika darurat. Berpoligini diperbolehkan selama tidak terjadi penelantaran terhadap isteri-isteri atau anak-anak. Maka penyebutan dua, tiga atau empat pada hakikatnya adalah tuntutan berlaku adil dalam hal materi maupun perlakuan lahiriah.⁵²

Walaupun poligini sering dianggap bertentangan dengan feminisme. Akan tetapi dianggap sebagai solusi problem sosial dan psikologis oleh sebagian masyarakat. Ketiga subjek adalah orang-orang yang memiliki harapan yang realistis, memiliki standar diri, menyadari kekurangan dan kelebihanannya, dapat

bertahan kepedihan dan mampu mengatasi keadaan emosionalnya.

F. Penutup

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian ini, maka penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Ketiga subjek penelitian menggunakan strategi *coping* yang berfokus pada emosi (EFC) dan keislaman, ketiga subjek secara a. *Distancing* berusaha untuk tidak memperlakukan poligini suaminya dan bersikap biasa sebagaimana mestinya. b. *Self control* berusaha mengontrol emosi sehingga mampu sabar, ikhlas. c. *Accepting responsibility* mengakui peran dirinya dalam perkawinan poligini suaminya. d. *Escape avoidance* ketidakmampuan subjek menghindari atau menolak keinginan suaminya untuk berpoligini dan e. *Positive reappraisal* berusaha memfokuskan diri pada pengembangan diri dengan meminta nasehat orangtua, meminta nasehat dan doa orang alim. Rajin ke majelis taklim ibu-ibu, berdoa, berzikir, salat malam dan ibadah lainnya demi mendapatkan ketenangan. Sedangkan strategi *coping* yang berfokus pada masalah (PFC) terdiri dari a. *Planful problem solving* melakukan perencanaan terhadap perkawinan poligini suaminya. b. *Confrontative coping* subjek 1 dan subjek 2 membiarkan suaminya menikah di bawah tangan sedang subjek 3 tidak melakukan konfrontatif c. *Seeking social support* adalah meminta nasehat dan dukungan keluarga dan orang alim. d. *Acceptance*, ketiga subjek menganggapnya sebagai takdir Allah yang harus diterima, berserah diri kepada ketentuan Allah atau pasrah. dan e. *Denial (avoidance)* ketiga subjek berusaha menyanggah dan mengingkari dan melupakan masalah-masalah yang ada pada dirinya akibat dipoligini.

⁵² M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Mishbah*, volume 2, 321-324.

- b. Ketiga subjek mampu bertahan dalam perkawinan poligini disebabkan beberapa faktor utama dan faktor pendukung. Faktor utama subjek 1 adalah faktor agama, faktor anak dan faktor ekonomi, sedang faktor pendukungnya adalah faktor masih cinta dan faktor status janda yang disandang bila terjadi perceraian. Faktor utama subjek 2 adalah faktor anak dan faktor agama, sedangkan faktor ketidaksanggupan menyandang status janda dan faktor sayang kepada suami sebagai faktor pendukung. Faktor utama subjek 3 adalah faktor agama, faktor anak dan faktor ekonomi, sedang faktor pendukungnya adalah faktor sayang faktor status suami di masyarakat.

2. SARAN-SARAN

Dari kesimpulan yang dibuat dalam penelitian ini, maka saran yang diajukan peneliti terhadap penelitian ini adalah sebagai berikut:

- Disarankan kepada subjek untuk lebih bersabar, ikhlas, berjiwa besar dan memasrahkan nasib kepada Allah dalam mempertahankan perkawinan berpoligini.
- Untuk para suami yang melakukan poligini diharapkan dapat berbuat adil, selalu bersikap lebih bijaksana.
- Untuk penelitian selanjutnya, agar dapat mengembangkan penelitian tentang poligini, misalnya kekerasan yang juga dialami oleh istri kedua, ketiga dan seterusnya bukan hanya pada istri pertama.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Mujib & Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, cet. 2, Jakarta, PT. RajaGrafindo Persada, 2002.
- Abidin, Zainal & Imam Fathurrohman, *Bimbingan Spritual 5+Menyembuhkan Penyakit & Menenangkan Jiwa*, cet. 1, Jakarta, PT Mizan Publika, 2009

- Alie, Tallal, *Mukjizat Sabar*, Bandung, PT Mizan Pustaka, 2013.
- Aliah B. Purwakania Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*, Jakarta, Rajawali Pers, 2008.
- Amir An-Najar, *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf*, Jakarta, Pustaka Azzam, 2000
- Ardani, Tristiadi Ardi dan M. Noor Rochman Hadjam, *Psikologi Abnormal*, cet. 1, Bandung, CV Lubuk Agung, 2001.
- Aidh al-Qarni, *Tafsir Muyassar*, jilid 4, Jakarta, Qisthi Press, 2007.
- Dirjen Pembinaan Kelembagaan Agama Islam Departemen Agama, *Kompilasi Hukum Islam di Indonesia*, Jakarta, Direktorat Pembinaan Badan Peradilan Agama, 1991/1992.
- Feldman, Robert S., *Understanding Psychology*, 10 th ed, terj. Petty Gina Gayati, Putri Nurdina Sofyan, ed. Ria Oktsfiani, Jakarta, Salemba Humanika, 2012.
- Indra, Hasbi Indra., dkk, *Potret Wanita Shalehah*, cet.2, Jakarta, PENAMADANI, 2004.
- John M. Echols, John M. dan Hassan Shadily, *Kamus Inggeris Indonesia*, cet. xxi, Jakarta, PT. Gramedia, 1995.
- Kertamuda, Fatchiah E., *Konseling Pernikahan untuk Keluarga Indonesia*, Jakarta Salemba Humaika, 2009.
- Laura A. King, Laura A., *Psikologi Umum Sebuah Aspresiatif*, Jakarta, Salemba Humanika, 2010.
- Mufidah Ch, *Psikologi Keluarga Berwawasan Gender*, Malang, UIN-Malang Press, 2008.
- Mustamir, *Hidup Sehat & Herbal Ala Resep Sufi*, Yogyakarta, Diva Press, 2008.
- Mashudi, *Psikologi Konseling*, cet. 1, Yogyakarta, IRCiSoD, 2012.
- Najieh, Ahmad *Fiqih Wanita Shalihah menurut Al-Qur'an dan Al-Hadits*, Surabaya, Menara Suci, 2012.

- Nasution, Khairudin *Riba dan Poligami: Sebuah Studi atas Pemikiran Muhammad Abduh*, Jakarta 1996.
- Papalia, Diane, E, *Human Development (Psikologi Perkembangan)*, Cet. I, Jakarta, Kencana, 2008.
- Paramida, Paradnya, *Undang-Undang Perkawinan di Indonesia dengan Peraturan dan Pelaksnaannya*, Cet. VIII, Jakarta, Prima Karsa Utama, 1983.
- Sadli, Saparinah, *Psikologi Perkawinan dalam Buku Membina Keluarga Bahagia*, Cet. IV, Jakarta, Pustaka Antara, 1996.
- Sarafino, E. P., *Health Psychology*, New York, John Willey & Sons, Inc, 1994.
- Shihab, M. Quraish, *Tafsir al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, volume 11, Jakarta, Lentera Hati, 2002.
- Summa, Muhammad Amin, *Hukum Keluarga Islam di Dunia Islam*, Jakarta, Rajawali Press, 2004.
- Rahayu, Iin Tri, *Psikoterapi Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*, Malang, UIN-Malang Press, 2009.
- Richard P. Halgin dan Susan Krauss Whitbourne, *Psikologi Abnormal*, Jakarta, Salemba Humanika, 2002.
- Yuliantini, Fitri, Zainal Abidin dan Retno Setyaningsih, *Konflik Marital pada Perempuan dalam Pernikahan Poligami yang Dilakukan Karena Alasan Agama* dalam *Jurnal Psikologi*, volume I, Nomor 2, Yogyakarta, Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Sunan Kalijaga, 2008.
- Jakarta, 2007). <http://www.scribd.com/doc/61982306/33/Coping-Stress-yang-Dipakai>, (diakses 09 September 2015).
- Wibiksono, Dio, *Membangun Komitmen*, <http://rmdio.blogspot.com/2012/05/psikologi-keluarga-membangun-komitmen.html>. (diakses 09 September 2015).
- Wibawanti, Ratna Sari, *Pengaruh Coping Stres terhadap Penyesuaian diri Pecandu narkoba yang sedang menjalani proses Rehabilitas*, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Surabaya, 2011. http://alumni.unair.ac.id/kumpulanfile/8742836710_abs.pdf, (diakses 09 September 2015).

Website

- Sahrazad, Sara, *Stres dan Coping Stres pada Pecandu Narkoba Dewasa Awal yang sedang menjalani Rehabilitasi*, (Skripsi, Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara,